

Universitat de Barcelona  
Facultat de Filosofia  
Grau de Filosofia

## **Pensament oriental**

### **Notes sobre pensament a la Xina antiga, Taoisme i Cosmologia**

Barcelona, 20/5/2021, Manuel Joseph Olivé

Assignatura: Filosofia Antiga II. Curs: 2020-2021. Tutor: Prof. M<sup>a</sup> Isabel Méndez

Universitat de Barcelona  
Facultat de Filosofia  
Grau de Filosofia



## **Pensament oriental**

### **Notes sobre pensament a la Xina antiga, Taoisme i Cosmologia**

Barcelona, 20/5/2021, Manuel Joseph Olivé

Assignatura: Filosofia Antiga II  
Curs: 2020-2021  
Tutor: Prof. M<sup>a</sup> Isabel Méndez

## INDEX

1. Introducció
2. Història de la Xina
  - 2.1. Legitimitat
3. Fonts
  - 3.1. Fonts secundàries
    - 3.1.1. El *Pinyin*
  - 3.2. Fonts primàries
    - 3.2.1. 說文解字 *Shuōwén Jiězì*
    - 3.2.2. 史記 *Shǐjì*; Registres del gran historiador, Sima Qian
    - 3.2.3. 道藏 *Dàozàng*; Cànon taoista
4. Pensament antic i clàssic de la Xina
5. Taoisme
  - 5.1. 道 *Dào*; Tao
  - 5.2. 自然 *Zirán*; Allò que és com és
  - 5.3. 無為 *Wúwéi*; No interferir
6. Filosofia de la Natura
  - 6.1. 易經 *Yìjīng*; Llibre dels canvis
  - 6.2. 八卦 *Bāguà*; Vuit trigramas
  - 6.3. 氣 *Qì*; Alè
  - 6.4. 陰陽 *Yīn yáng*
  - 6.5. 五行 *Wǔxíng*; Els cinc processos
  - 6.6. 無極圖 *Wújí tú*; Diagrama del no-res
7. Selecció de texts
  - 7.1. 道德經 *Dàodéjīng*; Llibre del dao i del de
  - 7.2. 莊子 *Zhuāngzǐ*; Mestre Zhuang
  - 7.3. 黃帝內經 *Huángdì nèijīng*; Cànon intern de l'Emperador Groc
  - 7.4. 淮南子 *Huáinánzǐ*; Els mestres del sud del Huai He
  - 7.5. 黃庭經 *Huángtíngjīng*; Clàssic de la Cort Groga
  - 7.6. 內丹術 *Nèidān shù*; Alquímia interna
  - 7.7. 內家 *Nèijiā*; Arts marcial internes
  - 7.8. 素女經 *Sù nǚ jīng*; Clàssic de la dama blanca
8. Bibliografia

## 1. Introducció.

### Introducció

Pensament o Filosofia  
Creences espirituals  
Prejudici modern  
Episteme



«Saber no tenir coneixements és un virtut; no saber tenir coneixements és un error. El savi no erra, perquè erra en errar.  
L'única manera de no errar és errant en errar» Daodejing, 71

L'objectiu d'aquesta presentació és donar una visió del que representa aproximar-se al pensament de la Xina, amb una tradició de cinc mil anys i introduir alguns termes relacionats amb la cosmologia de la Xina antiga. S'indicaràn algunes orientacions per accedir a les fonts i s'introduiran idees fonamentals.

Es parla de Pensament Oriental per evitar parlar de Filosofia. Hi ha qui nega que hi hagi Filosofia fora de la tradició desenvolupada a partir del món Grec.

A l'imaginari popular el pensament xinès no té més profunditat que la d'alguns tipus de creences espirituals o bé folklòriques.

El recorregut del pensament antic xoca amb el prejudici del pensament modern, el qual no té en compte que la forma de pensar a Occident ha tingut característiques similars: pensament no conceptual, pensament analògic i pensament vinculat al sentiment espiritual.

Els pensadors de la Xina van fer el salt del pensament màgic al pensament racional i van afrontar problemes epistemològics, lògics, físics, metafísics, ètics i polítics. En l'àmbit tecnològic van realitzar els principals descobriments que han fet avançar la civilització.

## 2. Història de la Xina

# Historia

Tres Augusts				Mitologia	
Cinc Emperadors	Cultura Longshan 3000 a.n.e.	Neolític tardà	Ciutadella de Troia 2920-2450 a.n.e.		
Reis 王					
Dinastia Xia	Cultura Erlitou 1800 a.n.e.	Edat de Bronze	Palau de Cnossos 1900 a.n.e.	Xina Antiga	
Dinastia Shang	1600-1046 a.n.e.	Esriptura	Pobles del Mar, Ramsés III 1184-1153 a.n.e.		
Dinastia Zhou	1046-256 a.n.e.	Ferro	Època Arcaica, clàssica i hel·lenística		
Primaveres i Tardors 722-481 a.n.e. Confuci 551-479 a.n.e. Laozi ?					
Període dels Regnes Combatents 475-221 a.n.e					
Emperadors 皇帝					
Dinastia Qin	221-206 a.n.e.	Xina Imperial			
Dinastia Han	206 a.n.e 220 d.n.e.				

Cal situar de quina època estem parlant, estem parlant d'idees que són de l'Edat Antiga de la Xina, és a dir del període, arrelat a la prehistòria, en què els homes comencen a emprar l'espectura.

En la Història Antiga distingirem tres èpoques, una mítica, un altre en la que governen els reis a territoris independents i finalment la constitució de l'imperi que va comportar la unificació de tot el territori de l'ètnia Han.

En l'època mítica es parla dels Tres Augusts i dels Cinc Emperadors, la seva denominació pot variar d'unes fonts a altres. Tenen característiques sobrenaturals i se'ls hi atribueix la creació de la humanitat i dels invents que van fer possible la civilització: la caça, el foc, la domesticació dels animals i l'agricultura.

Les restes arqueològiques més antigues de la Xina fan coincidir la Cultura Longshan amb l'època dels Cinc emperadors, aprox. el 3000 a.n.e., període que coincidiria amb el de la primera ciutadella de Troia [2920-2450 a.n.e.] al Neolític tardà. Aquesta cultura es va desenvolupar a la riba del Riu Groc, conreava el mill, i coneixia la domesticació i cria de l'ovella, la cabra, el porc i el cuc de seda. Emprava estris de ceràmica. En Aquesta època se situa a l'Emperador Groc.

La Dinastia Xia és la primera que figura als registres històrics tot i que no hi ha evidències escrites. Correspondria a la Cultura Erlitou, aprox. el 1800 a.n.e i seria contemporània del Palau de Cnossos [del 1900 a.n.e.] S'atribueix al Gran Yu, el fundador de la dinastia, el control de les avingudes dels rius amb la construcció de canals i el consegüent increment de la producció agrícola.

L'època històrica, és a dir documentada, s'inicia amb la dinastia Shang que va durar del 1600 al 1046 a.n.e., període en el qual van atacar el Poble del Mar les ribes de la Mediterrània i a qui s'enfrontà Ramsés III [que va viure del 1184 al 1153 a.n.e.] L'evidència d'escriptura és en ossos i petxines de tortuga a les que s'escriuen: les consultes a l'oracle, la resposta i el resultat. Es reverenciava als ancestres i a animals totèmics. L'esperit totpoderós era el cel. Disposaven de carros amb rodes i vivien de la caça i l'agricultura.

A la dinastia Shang la va succeir la dinastia Zhou del 1046 al 256 a.n.e. i donat que els Shang governaven per vinculació amb la divinitat i els Zhou veneraven els mateixos déus, va concebre el concepte del Mandat del Cel pel qual el governant ho feia amb el favor del cel i si es perdia aquest favor, ja no tenia dret a governar. Aquesta època va coincidir amb la Grècia clàssica i l'època hel·lenística.

Durant el regnat d'aquesta dinastia hi ha el període de Primaveres i Tardors en el que es van produir els escrits de Confuci i Laozi.

A la dinastia Zhou la succeeix la dels Qin amb el Primer Emperador de la Xina, enterrat a Xian, que va unificar: el territori, pesos i mesures, l'escriptura i va consolidar la Gran Muralla.

## 2.1. Legitimitat

### Legitimitat

帝 o上帝 *Shàngdì*, el més gran.

Dinastia Zhou. Derrocament dels Shang S XI a.n.e.

天	Cel <i>tian</i>	天入地	Els tres poders
王	Rey <i>wáng</i>		L'home entre el Cel i la Terra
天命	Mandat del Cel <i>tiānmìng</i>		
天子	Fill de Cel <i>tiānzǐ</i>		
天下	Tot el que hi ha sota el cel <i>tiānxià</i>	中國	El país del centre <i>Zhōngguó</i>

«The middle kingdom ( *zhongguo* /China) is in the middle (*zhong*) of heaven and earth and is at the border (*jì*) of *yin* and *yang* (中國, 天地之中, 陰陽之際也).» *Yán Tiě Lùn* 鹽鐵論 (Discourses on Salt and Iron, 81 B.C.E.),

口	Territori defensat per un mur
中	Territori travessat per un eix
戈	Armes

En l'època dels Shang es creia en una divinitat totpoderosa per sobre dels homes, els esperits de la natura i els avantpassats, 帝 *Di*. Els darrers sobirans dels Shang es van atribuir aquesta categoria. El sobirà era l'únic que podia interpel·lar la divinitat per interpretar la voluntat dels ancestres i era sobirà per llinatge diví.

Amb motiu del derrocament dels Shang per part dels Zhou se substitueix la jerarquia dels avantpassats per la de l'ordre de la natura que depèn del Cel i la relació entre la divinitat i el sobirà pel Mandat del Cel.

La Mitologia de la Xina antiga és molt escassa. La Mitologia actual es deu a la influència del Budisme i es desenvolupa a partir de l'època dels Han, això pot ser degut al fet que no es va crear una èpica, perquè no els hi importaven tant les gestes com l'estat de les coses, per aquesta raó van passar ràpidament a substituir-la per una Cosmologia.

A la Xina els avantpassats i el llinatge tenen una importància tal que la condemna més severa en l'època imperial era la massacre de nou generacions. Els nou graus de parentiu van suposar obligacions legals i socials i 50 termes diferents per referir-se a cadascun dels parents.

A partir dels Zhou s'escampa la idea que el governant ho fa pel Mandat del Cel [天命 *tiānmìng*] i el Mandat del Cel és mantenir l'harmonia. Quan el desordre moral del governant es traspassa al món, el món està legitimat per cercar un altre fill del Cel.

El món és tot el que hi ha sota el cel [天下 *tiānxià*] i els Han eren el centre del món. Les idees de *tianming* i de *tianxia* encara són criteris de legitimitat avui en dia.

### 3. Fonts

#### 3.1. Fonts secundàries

##### 3.1.1. El Pinyin

###### Fonts secundàries. El Pinyin.

		Labial	Alveolar	Retroflex	Alveolo-palatal	Velar
Plosive	unaspirated	<b>b</b> [p]	<b>d</b> [t]			<b>g</b> [k]
	aspirated	<b>p</b> [pʰ]	<b>t</b> [tʰ]			<b>k</b> [kʰ]
Nasal		<b>m</b> [m]	<b>n</b> [n]			
Affricate	unaspirated		<b>z</b> [ts]	<b>zh</b> [tʂ]	<b>j</b> [tɕ]	
	aspirated		<b>c</b> [tsʰ]	<b>ch</b> [tʂʰ]	<b>q</b> [tɕʰ]	
Fricative		<b>f</b> [f]	<b>s</b> [s]	<b>sh</b> [ʂ]	<b>x</b> [ɕ]	<b>h</b> [x]
Liquid			<b>l</b> [l]	<b>r</b> [ʃ~ʐ]		
Semivowel <sup>2</sup>		<b>y</b> [ɥ]/[y] <sup>1</sup> and <b>w</b> [w]				

TRAD	SIMP	PINYIN	WG	AFI	CAT
氣功	气功	qì gōng	ch'i-kung	tɕʰiŋ kʰuŋ	txikung
北京	北京	Běijīng	Pei-ching	peitɕiŋ	Pequín

Si volem llegir algun llibre o article de la Xina és convenient tenir una noció del sistema de transliteració del llenguatge escrit.

L'idioma escrit a la Xina està format per grafemes que representen paraules i s'anomenen logogrames.

El *pinyin* és la transcripció del so amb el qual es pronuncia un caràcter en l'idioma parlat del grup cultural Han a caràcters de l'alfabet occidental. El *pinyin* va ser adoptat per la Xina l'any 1958, abans hi havia altres sistemes de transliteració, la implantació internacional es pot situar a partir de l'any 2000.

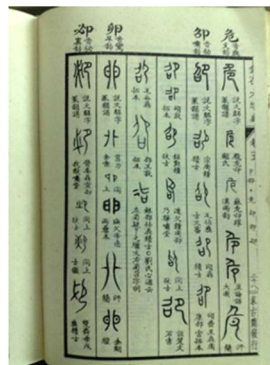
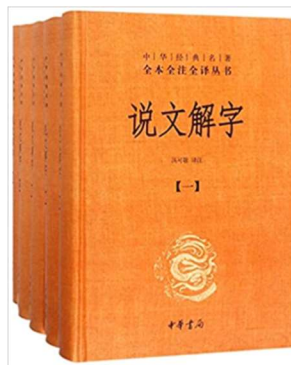
Si veiem escrit *qigong*, s'ha de pronunciar 'txikung' i no com està escrit que és el que fariem si es tractés de castellà o català.

## 3.2. Fonts primàries

### 3.2.1. 說文解字 *Shuōwén Jiězì*

**Fonts primàries. 說文解字 *Shuōwén Jiězì* 100 a.n.e.**

Diccionari compilat a la dinastia Han 100 a.n.e. 9.353 caràcters més 1.163 variants.



El Shuowen, *Comentari de caràcters simples i explicació de caràcters compostos*, és un diccionari compilat a la dinastia Han, a finals del s II a.n.e. que recull 9.353 caràcters i més de



1.163 variants. Va ser la primera obra a analitzar l'origen i l'estructura dels caràcters i organitzar-los per seccions.

A la Xina, pel que fa al llenguatge parlat, hi ha 12 llengües sinó-tibetanes, a més del xinès estàndard, aquestes llengües en general són intel·ligibles.

El llenguatge parlat només té unes 400 síl·labes i està ple d'homòfons, en lloc d'evolucionar cap a un llenguatge alfabètic ho va fer multiplicant el nombre de caràcters. Cada caràcter es correspon amb una síl·laba i una paraula pot tenir diferents caràcters.

Pel que fa al llenguatge escrit, el darrer Diccionari de Variants de Caràcters Xinesos, publicat l'any 2004, recull 106.230 caràcters.

Els anys 50 es va disposar com sistema d'escriptura oficial a la Xina continental l'escriptura simplificada, de la qual la revisió de l'any 2013 estableix 8.105 caràcters.

Finalment, per aprovar el nivell més alt de l'examen oficial de xinès per a parlants no nadius, és necessari conèixer 2.663 caràcters.

### 3.2.2. 史記 *Shǐjì*; Registres del gran historiador, Sima Qian

**Fonts primàries. 史記 *Shǐjì*; Registres del gran historiador, Sima Qian 109 a 91 a.n.e.**



Recull la història de Xina des del 2.600 a.n.e.

Mètode periodístic.

És el que coneixia i creia la gent d'aquell temps sobre els seus avantpassats.

El Sima Qian, anomenat *Registres del gran historiador*, va ser escrit el s II a.n.e. i recull la història de la Xina des del mític Emperador Groc, des de l'any 2600 a.n.e., fins a la seva època.

L'obra està escrita amb un mètode periodístic, es va recollir informació a partir d'antics escrits i es van contrastar els rumors i les llegendes en viatges.

La seva obra reflexa el que coneixia i creia la gent d'aquell temps sobre els seus avantpassats.

Donat que va ser el primer text historiogràfic sistemàtic, va tenir molta importància en altres obres.

### 3.2.3. 道藏 *Dàozàng*; Cànon taoista

**Fonts primàries. 道藏 *Dàozàng*; Cànon taoista.**

El Cànon taoista s'ha compilat en diverses ocasions, la primera el S. V i la darrera durant la dinastia Ming al S. XV. Conté més de 5.000 texts, la majoria esotèrics.



Les fonts primàries del taoisme es troben en el Cànon taoista [道藏 *Dàozàng*, Tresor del Tao]. El Cànon taoista és la compilació de tots els texts que tenien a veure amb el pensament taoista o amb pràctiques taoistes. La primera es va fer al s V. Aquest Cànon va desaparèixer a causa de Guerres i revoltes i fou compilat de nou. La darrera versió que es conserva és del s XV, període de la dinastia Ming, i consta d'uns 5.000 texts.

El Cànon taoista conté els texts clàssics, *Daodejing*, *Zhuangzi*, *Huainanzi* i molts texts esotèrics, de forma desordenada. Això, junt amb el caràcter fortament pragmàtic de l'idioma, a causa de la manca d'inflexió, fa molt difícil la seva comprensió.

#### 4. Pensament antic i clàssic de la Xina



Sima Qian, al s II a.n.e. va agrupar les escoles de pensament en Sis: L'Escola del Tao o taoisme quines obres principals són el *Laozi* o *Daodejing* i el *Zhuangzi*. Zhuang és el nom del savi al qual s'atribueix l'obra, zi vol dir mestre. *Zhuangzi* vol dir mestre Zhuang. Els texts clàssics de la Xina no són d'un sol autor sinó que solen aplegar sota un títol una col·lecció de texts d'una escola, escrits per diferents autors i en diferents èpoques. En el cas del *Zhuangzi* es considera que només són originals els primers 6 capítols. El concepte d'escola en aquells temps no té a veure amb el dels Pitagòrics o l'Acadèmia o el Liceu, és una agrupació feta artificialment.

L'Escola dels lletrats o *Rujia* a la que hi ha els mestres Confuci i Menci. L'Escola del *Yin-yang* [Zou Yan, *Huangdi Neijing*] centrada en la Filosofia de la Natura i la Medicina. L'Escola dels noms [Mingjia, Gong Sun Long Zi] amb obres sobre lògica i les escoles de les lleis [Fajia, Han Fei Zi] i de Mozi amb propostes polítiques absolutistes.

El Budisme, que es va originar a l'Índia entorn el s V a.n.e., va penetrar a la Xina a partir del s II a.n.e. però les primeres traduccions i monestirs es daten al s II, amb la dinastia Han.

A més d'aquestes grans corrents de pensament, els lletrats Confucians van realitzar diverses aportacions i finalment cal esmentar el Neoconfucianisme. Aquest corrent de pensament integra diversos conceptes del Confucianisme, el Taoisme i el Budisme tot i que poden rebutjar el Budisme i el Taoisme pel seu caràcter religiós. El representant més rellevant va ser Zhu Xi que va viure el s XI, entre el 1130 i el 1200.

En el pensament de la Xina antiga hi ha tres corrents que han evolucionat en un període de 2.500 anys cap a un sincretisme que ha integrat conceptes d'una i altre corrent. A més, el Taoisme es va constituir com una religió amb diferents sectes i el Budisme sempre ha estat una religió. També pel que fa al seu aspecte de creences han integrat conceptes l'una de l'altre. [Sincretisme no és el mateix que eclecticisme].

Per temes, té un pes molt important el culte als avantpassats, el pensament transcendent, la cosmologia, els valors morals i polítics i l'aplicació dels coneixements en l'alquímia, la medicina i la tecnologia.

Tot això requereix una estructuració per tal de delimitar el que és Epistemologia, Lògica, Física Natural, Ciència, Metafísica i Ontologia, Ètica i Política.

## 5. Taoisme

### Taoisme

#### Pensament

#### Pràctiques taoistes

Meditació  
Cultiu de l'alè  
Cultiu del cos  
Tècniques d'enfortiment intern  
Tècniques d'enfortiment extern  
Ús d'herbes i aliments  
Ritus, Cerimònies i talismans

#### Religió

Xamanisme  
Taoisme clàssic  
Taoisme místic (S IV-VII)  
Taoisme alquímic (S II-XIII)  
Síntesi de les tres doctrines (del S X endavant)



El Venerable celeste de l'origen  
El Venerable celeste del tresor numinós  
El Venerable celeste del *Dao*

El taoisme en els seus orígens no era un corrent organitzat, es defineix per part de Sima Qian, l'historiador que agrupa el *Zhuangzi* i el *Laozi* dintre la *Daojia*, aquestes obres serien la referència del Taoisme clàssic. Després s'hi afegeixen altres obres com el *Liezi*, el *Huainanzi* i el *Yijing*, a partir del comentari de Wang Bi (226-249) al *Daodejing* el S III. La restauració de la pluralitat de pensament per part dels Han, després de la desfeta dels Qin, va integrar una amalgama de la qual sorgeix el corrent de pensament Huang-Lao, una primera forma de sincretisme entre taoisme, confusionisme i moïsme que va cristal·litzar en el taoisme religiós, el qual va copiar les formes institucionals del budisme com són els monestirs. Aquest pensament es denomina Neotaoisme.

El Taoisme religiós integra la tradició dels *fangshi*, el pensament màgic, que confecciona talismans i fa endevinació, els rituals per influir en la natura, la pietat i la cerca d'una immortalitat per mitjà de l'experiència mística.

Les pràctiques místiques i alquímiques tenen a veure amb formes de meditació, de respiració i d'exercicis corporals.


## 5.1 道 Dào; Tao

道 Dào; Tao

Camí, via que mena cap algun lloc

El camí del cel és brillant i tan regular com el sol i la lluna

Caminar  
Avançar  
Parlar, designar, anomenar



Tao és tota la Natura.  
Tao és el procés de generació i corrupció de la natura.  
Tao és poder creatiu i sostenidor, inesgotable.  
Tao és l'ordre de la natura, les lleis que segueix la natura.  
Tao està en les coses.

Com cal fer quelcom, quin procediment és el adequat per...

«L'antic diccionari *Shuowen* defineix Tao com 'el camí pel qual es camina'. Hi ha molts tipus de camins, però només els camins que condueixen en una direcció única i definida es poden anomenar 'Tao'. Aquest significat original es va ampliar llavors per incloure les nocions de "regla" o "lleis". Per exemple, el moviment del cel segueix lleis regulars i, per tant, es denomina "Tao (Camí) del Cel" [天道 *tiandao*]. Durant l'època de Primaveres i Tardors, hi havia la dita "El camí del cel és brillant i tan regular com el sol i la lluna". Això significava que el moviment del cel era molt clar i es podia observar mitjançant el moviment del Sol i la Lluna. Així, l'antiga noció del Camí del Cel va adquirir el significat abstracte de "lleis". El terme "Tao del cel" es va convertir gradualment en un concepte ric, fins que va perdre el seu significat original i va arribar a designar lleis i principis naturals.» [<https://en.daoinfo.org/wiki/>]

La paraula equivalent en català seria 'via' que té un significat similar, tant de camí com de mètode, així podem parlar de la via Augusta o de la via civil, per referir-nos a un tipus de procediment legal, o de la via seca per a referir-nos a un procediment analític en química. Però Tao també es pot emprar com a verb i llavors pot significar 'caminar', 'avançar' però també 'parlar' i 'dir'.

Una definició del Tao del Taoisme pot ser la següent:

- «1. Tao és tota la natura i tot l'univers, tal com es mostra a la nostra experiència de les coses naturals. Tao embolcalla la natura en el seu conjunt i la produeix com un tot.
2. Tao és, doncs, el procés en què el conjunt de la natura es manifesta i el procés en què i pel qual es creen o procreen coses i la natura es manifesta. El procés és el camí, i el camí és el procés.
3. Tao és l'origen i la font del procés del canvi i la creació de coses. Aquest origen i font es considera infinita i el seu poder generatiu és inesgotable. Per tant, Tao és un poder creatiu que crea sostenint i sosté creant.
4. Perquè el Tao encarna la manera de crear les coses i la forma en què els esdeveniments canvien, pot representar lleis, limitacions o destí, que les coses han de obeir i seguir.
5. Tot i que transcendeix el temps i el lloc, el Tao continua sent una presència concreta en les coses com un tot. És tan dinàmic com qualsevol esdeveniment o objecte real. I les coses i els esdeveniments, per tal de funcionar com a coses i com esdeveniments, no s'han de separar del Dao.»

[*Encyclopedia of Chinese Philosophy*. Antonio S. Cua]

## 5.2. 自然 *Zirán*; Allò que és com és

### 自然 *Zirán*; Allò que és com és

Hi ha una cosa de forma confusa que va néixer abans que el cel i la terra. Silenciosa i buida, resta solitària i no canvia. Gira sense fatigar-se. Podria ser la mare de tot.

Jo no sé el seu nom de fonts, però per entendre'ns li diem «*dao*». Si m'obliguen a posar-li un cognom, li diria «gran», «Gran» vol dir que s'allunya; allò que s'allunya es perd en l'infinit; allò que es perd en l'infinit torna.

El *dao* és gran, el cel és gran, la terra és gran i el sobirà també és gran. Així al món hi ha quatre grans, i el sobirà és un d'ells.

L'home pren la terra com a model, la terra pren el cel com a model, el cel pren el *dao* com a model, i el *dao* pren com a model allò que és com és.» *Daodejing*, 25

*Ziran* com a substantiu denota el fet natural en el sentit d'allò que succeeix de manera espontània, de forma no deliberada, sense intervenció externa. És l'aspecte positiu del *Dao*, oposat a *wu-wei* o la no-intervenció. Produeix la vida, el seu *De*, és com les aigües de la primavera que brollen sense fi. És la permanència del *Dao* i del *De* en totes les coses. En aquest sentit és primari i transcendent. Així per apropar-se a aquest estat cal deslliurar-se de les influències no naturals i cercar l'espontaneïtat original. Les coses subsisteixen per si mateixes, no perquè hagin estat creades amb una finalitat.



### 5.3. 無為 Wúwéi; No interferir

#### 無為 Wúwéi; No interferir

«La cosa més suau del món pot esclafar la cosa més dura. El no ser pot penetrar allà on no hi cap esclatxa. Per això jo conec el benefici de no intervenir en el curs de les coses. Molt pocs al món comprenen l'ensenyament sense paraules i el benefici de no intervenir en el curs de les coses.» *Daodejing*, 43

«El *dao* mai no intervé en el curs de les coses; Malgrat això no hi ha res que quedi sense fer. Si els senyors i reis fossin capaços de seguir-lo, totes les coses es transformarien per la seva pròpia voluntat. Si, un cop transformades, encara busquen, jo les aturaria amb el tronc sense cisellar que no té nom. El tronc sense cisellar que no té nom no busca.

El no buscar comporta la quietud, i amb la quietud al món tot serà ordenat per la seva pròpia voluntat.» *Daodejing*, 37

*Wu wei*, s'ha d'interpretar en el sentit de no interferir en la forma natural en què es desenvolupen les coses, estar en harmonia amb el clima, l'estació i els planetes i en aquest sentit significa també fer, just el que cal fer, just quan toca.

## 6. Filosofia de la Natura

### 6.1. 易經 *Yijing*; Llibre dels canvis

#### 易經 *Yijing*; Llibre dels canvis

«El cel crea coses divines; el savi les pren com a models. El cel i la terra canvien i es transformen; el savi els imita. Al cel pengen imatges que revelen bona fortuna i desgràcia; el savi les reproduceix. El riu Groc va publicar un mapa i el riu Lo va publicar un escrit; els homes sants els van prendre com a models.»



Figure 1. The King Wen sequence

El llibre dels canvis és l'obra que s'arrela més en la prehistòria de la Xina. Originalment es tractava de les claus per interpretar a l'oracle que cercava conèixer la voluntat dels avantpassats. El seu valor rau en els comentaris que van afegir-hi diversos savis, entre els quals estaria Confuci, en el que es coneixen com les deu ales. Aquests comentaris es van incorporar durant el 5è i el 2n Segle a.n.e. i són una reflexió sobre models de cosmos, la relació dels homes amb la natura i la complexitat de la vida dels homes. D'aquesta forma es tracta d'una obra a partir de la qual es va desenvolupar una hermenèutica durant mil·lennis, la qual mostra el pensament antic de la Xina.

Consta de 64 símbols representats per hexagrames en els quals cada línia representa el *yin* o el *yang*.

S'atribueix la idea d'aquesta forma d'endevinació al llegendari Fuxi, creador de la humanitat i la primera reforma al rei Wen Wang de Zhou, empresonat pels Shang l'any 1050 a.n.e. En realitat la disposició de Fuxi és posterior [dinastia Song (960-1279)].

És la primera manifestació del pensament correlatiu xinès i concep la realitat com un tot dinàmic i interrelacionat, orgànic, sense principi ni fi, en el que totes les parts participen en un procés d'autogeneració, en un flux continu, integrat i dinàmic. No hi ha distinció entre la natura i la humanitat entre subjecte i objecte, entre intern i extern. Tot participa d'una dansa que no s'atura mai.

A partir de la configuració que presenta la realitat en un moment donat es pot identificar la seva dinàmica amb independència dels elements involucrats i preveure quina serà la seva evolució.

## 6.2. 八卦 *Bāguà*; Vuit trigrammes

### 八卦 *Bāguà*; Vuit trigrammes

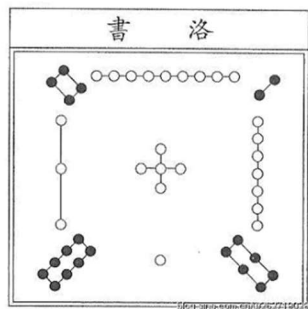


Diagrama del Riu Lo 洛書 Luòshū  
Es relaciona amb el Bagua del Cel posterior del rey Wen.

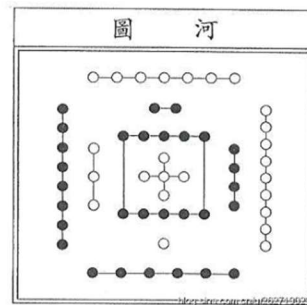


Diagrama del Riu Groc 河圖 Hétù  
Es relaciona amb el Bagua del Cel original de Fu xi.

La interpretació dels hexagrames es pot realitzar per parelles de trigrammes en el que cadascun representa el principi *yin* o *yang* i en els quals es mostra la relació entre els tres poders, Cel, Home i Terra per mostrar el *Qi*, l'alè, del moment.

El *Bagua* s'emptra per definir relacions espai temporals i com a sistema de pensament correlatiu. El pensament correlatiu, a diferència del pensament analític no es fixa en cadenes causals lineals sinó en les configuracions que expliquen l'evolució del tot.

### 6.3. 氣 *Qi*; Alè

#### 氣 *Qi*; Alè

La Inscripció del *Qi* circulant 行氣銘 *xinqiming* es considera el primer text esotèric sobre meditació i se situa a l'inici del període dels Regnes combatents (481-221 aC).

Consisteix en 36 caràcters gravats en un penjoll de Jade.

行气, 深则蓄, 蓄则伸, 伸则下, 下则定, 定则固, 固则萌, 萌则长, 长则退, 退则天, 天几春在上, 地几春在下. 顺则生, 逆则死.



«Quan s'inhala (de manera que) s'empassa (el *qi*), es recol·lecta el *qi*.

Quan el *qi* s'ha recol·lectat, s'expandeix.

Quan el *qi* s'ha expandit, descendeix.

Quan el *qi* ha baixat, s'assenta.

Quan el *qi* s'ha assentat, se solidifica.

Quan el *qi* s'ha solidificat, brolla.

Quan el *qi* ha brollat, creix.

Quan el *qi* creix, retorna.

Quan el *qi* retorna, puja a el cel.

L'origen de el cel està a dalt, l'origen de la terra sota.

Si se segueix (aquest camí), es viu.

Si es va en contra (d'aquest camí), es mor.»

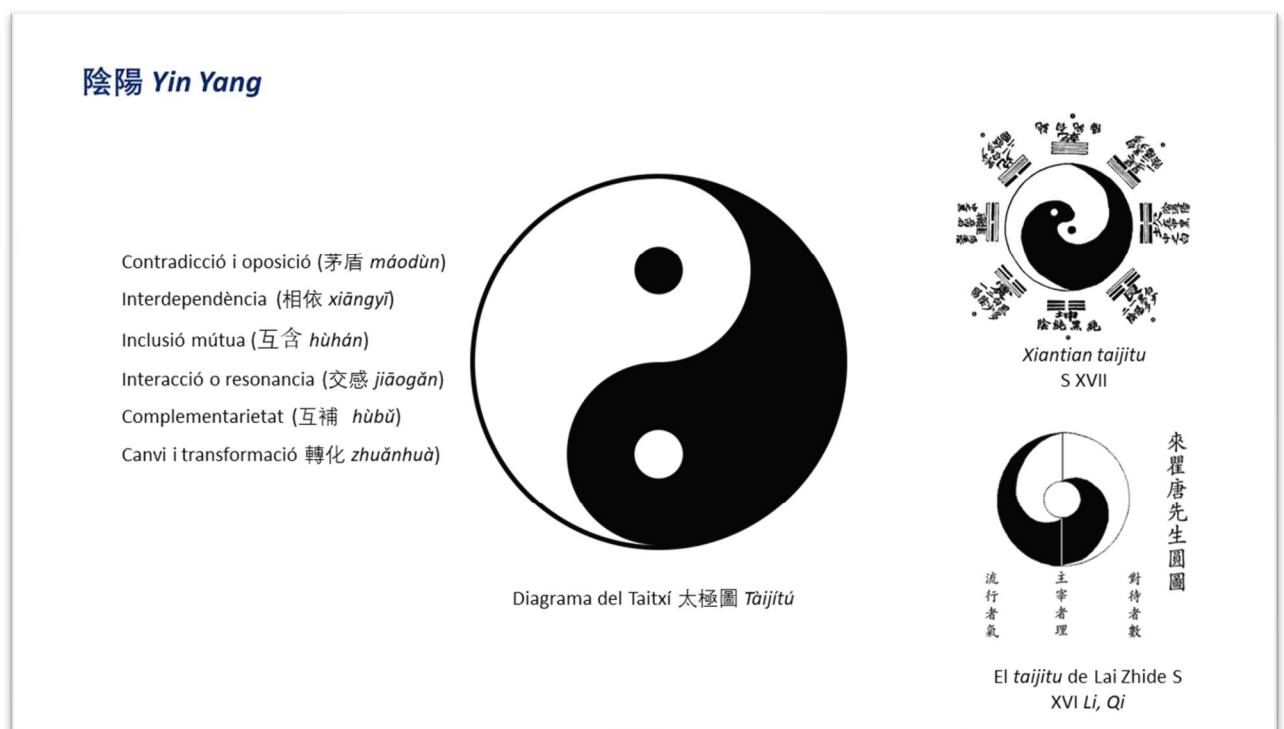
La idea de *Qi* està present a diversos àmbits i no es pot definir. El *Qi* se sent. És l'alè que dona la vida. El *Qi* és el component darrer de totes les coses, però té un caràcter dinàmic. Cada situació pot manifestar un tipus de *Qi*. Hi ha un *Qi* del Cel que mou els astres, un *Qi* de la Terra que rau en les muntanyes i els rius i un *Qi* del Home que es manifesta en els seus òrgans.

*Qi* és un concepte primitiu que s'origina en l'antiguitat per explicar els fenòmens a partir de causes naturals. L'origen del terme es deu al fet que en el període de les Primaveres i Tardors i dels Regnes combatents els filòsofs materialistes van observar que, després de la pluja, el sol aixeca un vapor que s'alça de la terra, el qual al seu torn forma els núvols que a la fi produeixen la pluja. A partir d'aquesta observació van establir l'existència d'un principi únic que sustenta el món i que tindria les característiques d'un gas i d'un sòlid. Aquesta substància, etèria, seria capaç no només de formar els núvols i la pluja sinó també de concentrar-se en altres substàncies

diferents per produir totes les coses. Així el *Qi*, de maneres diferents, explicaria per complet l'aspecte material del món.

El caràcter *Qi* apareix en inscripcions d'ossos oraculars i inscripcions cerimonials en bronze, però no hi ha evidència que el concepte de *Qi* existís en el període Shang, o abans, el període Zhou. No obstant això, en el període dels Regnes combatents s'observa un ús freqüent d'aquest concepte.

#### 6.4. 陰陽 *Yin yang*



*Yin yang* és la característica dual de la manifestació de les coses, unes amb relació a altres, les coses poden ser *yin* o *yang* segons la relació en què intervinguin. L'aigua (*yin*) és troba amb relació a la roca (*yang*) que és dura. No obstant això l'aigua (*yang*), es mou, amb relació a les muntanyes (*yin*).

Hi ha una representació de la relació del *yin* i el *yang* en forma de diagrama (*tàijítú*), n'hi ha d'altres. Cada representació és el suport esotèric de l'explicació d'aquesta relació, és a dir, diferents representacions corresponen a diferents explicacions.

La representació que es mostra es pot explicar com el circuit del dia i la nit o també com el cicle de les estacions de l'any.

El primer que veiem és un cercle que els conté, dintre el cercle dues llàgrimes de diferent color, la blanca representant el *yang* i la negra representant el *yin* i en el si de cada llàgrima un punt del color del contrari. Amb aquesta representació s'expliquen les següents característiques de la relació *yin yang*: Oposició i restricció mútua, interdependència, reducció i creixement i transformació.

[Contradicció i oposició] *Yin* i *yang* s'oposen com la nit al dia. Encara que oposats, es defineixen mútuament. No es podria parlar de llum si no existís la foscor. La interacció entre *yin* i *yang* és un procés cíclic, circular, pel qual l'un genera al seu contrari. L'augment d'un suposa la minva del seu oposat, al mateix temps que la seva plenitud comporta la seva decadència. El seu enfrontament produeix un fenomen de limitació mútua, la presència del *yin* s'oposa al desenvolupament excessiu del *yang*, i a l'inrevés. La seva unitat s'expressa en un estat d'equilibri, aquest equilibri és dinàmic i evoluciona en forma cíclica. Això pot observar-se en la successió de les estacions. A l'estiu, el *yang* arriba al seu punt culminant; immediatament després d'aquest apogeu, el *yin* comença a créixer, mentre que el *yang* declina progressivament. A l'hivern, el *yang* està en el seu mínim i el *yin* aconsegueix la seva plenitud, que marca igualment el principi del seu declivi. Així doncs, la fase de desenvolupament últim d'un aspecte és el punt de partida de la seva progressiva disminució i l'origen del creixement de l'altre.

[Interdependència] Els dos aspectes es requereixen mútuament, l'un és necessari per concebre l'altre. Una porta ha de poder obrir-se i tancar-se, si només està tancada és una paret i si només està oberta no és altra cosa que un pas.

[Inclusió mútua] En tot *yin* hi ha algun aspecte *yang* i en tot *yang* hi ha algun aspecte *yin* que es troben en tensió o equilibri dinàmic. La interacció entre *yin* i *yang* genera tots els fenòmens de la natura. A partir de la llavor, es desenvolupen les arrels que s'enfonsen en la terra mentre l'àpex pugna per arribar al cel, el fruit d'aquesta tensió és l'arbre. De l'equilibri dels dos aspectes dependrà el seu caràcter.

[Interacció o ressonància] Donada la interdependència entre un i altre, l'acció sobre un influeix a l'altre i per això es pot actuar sobre un per obtenir un resultat sobre l'altre.

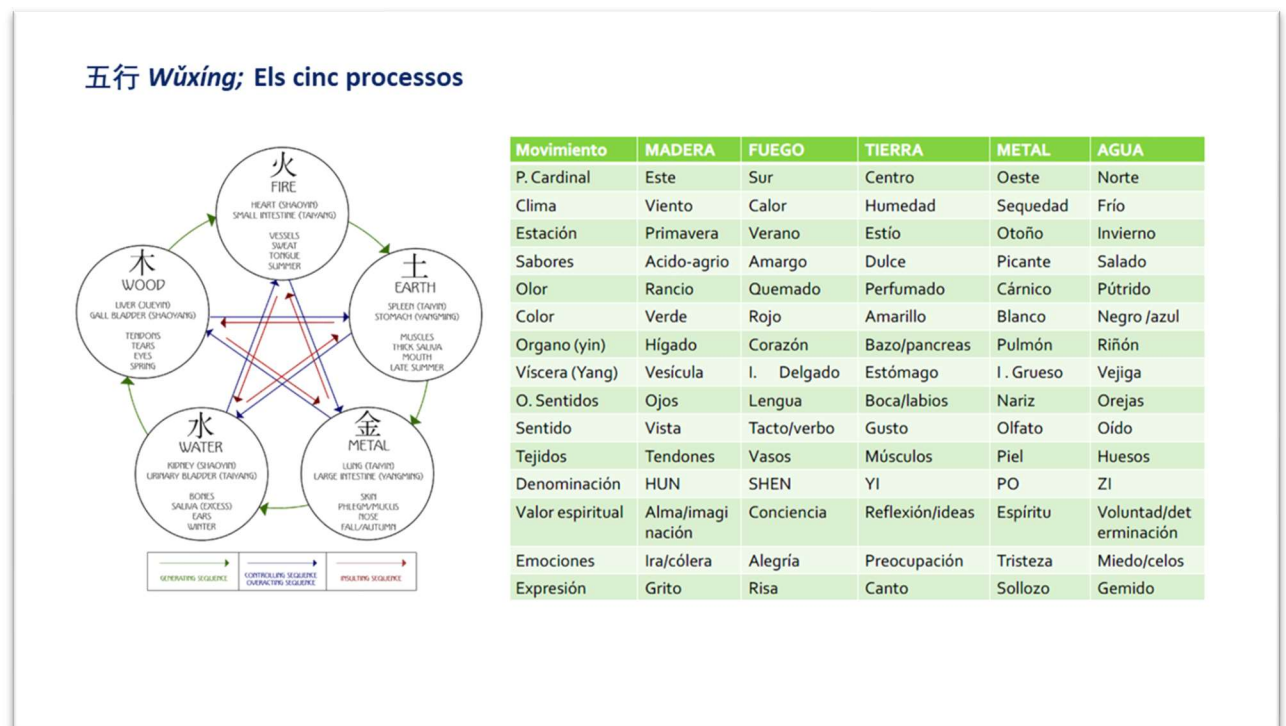
[Complementarietat] Donat que cada un ocupa el que no ho fa l'altre el tractament d'una configuració pot suposar complementar el que li manca a un per cercar un equilibri.

[Canvi i Transformació] L'equilibri dinàmic del *yinyang* deriva de l'alternança de fases de creixement i de disminució de cadascun dels dos aspectes, sabent que l'augment de l'un fa simultàniament i proporcionalment disminuir a l'altra. Aquest mecanisme s'observa clarament en la successió de les estacions.

Reducció i creixement tenen a veure amb l'aspecte quantitatiu de cada caràcter. La transformació en canvi és qualitativa, però, la transformació només pot donar-se a conseqüència del procés de reducció-creixement.

La interacció del *yinyang* produeix la generació o emergència, la generació pot ser per reproducció o per transformació. En condicions extremes es pot produir una transformació total d'un aspecte en el seu contrari.

## 6.5. 五行 *Wǔxíng*; Els cinc processos



Els cinc processos no s'han d'interpretar com cinc elements, no són elements constitutius de la realitat sinó tipus de processos dinàmics. Mentre que entre *yin yang* la relació és d'alternança complementaria, entre els cinc elements es presenten relacions més complexes. Aquesta idea

s'originà durant el període dels Estats combatents i el primer esquema documentat és del 239 a.n.e.

Els cinc processos són: Fusta, Foc, Terra, Metall i Aigua.

La Fusta creix cap amunt i s'expandeix a l'exterior. Totes les coses i fenòmens amb funcions i característiques de creixement, d'exteriorització i d'expansió pertanyen a la fusta.

El Foc flameja i puja cap amunt. Totes les coses amb funcions d'escalfament i ascensió pertanyen al foc.

La Terra és la llavor i la recol·lecció. Totes les coses amb funcions de producció, suport i recepció, pertanyen a la terra.

El Metall opera el canvi, la reforma. Totes les coses amb funcions de purificació-interiorització i retracció, pertanyen al metall.

L'Aigua humiteja i es filtra cap avall. Totes les coses amb característiques de refredament, humidificació i descens, pertanyen a l'aigua.

Aquests cinc processos es relacionen segons dos cicles d'interaccions, un dit de generació, segons el qual cada element o força evoluciona fins a esdevenir la següent, i un de domini o d'inhibició, en el qual cada força predomina no sobre la següent, sinó l'altra. Per això el primer cicle s'anomena també "mare-fill" i el segon "avi-net".

D'acord amb el Cicle de generació, la Fusta alimenta el Foc; el Foc es converteix en Terra (o en cendra, és a dir pols-terra); la Terra forma el Metall; el Metall esdevé Aigua (es torna líquid); l'Aigua nodreix la Fusta.

D'acord amb el Cicle de domini: la Fusta reté la Terra; la Terra aguanta l'Aigua; l'Aigua apaga el Foc; el Foc fon el Metall; i el Metall trenca o talla la Fusta.



## 6.6. 無極圖 *Wújí tú*; Diagrama del no-res

### 無極圖 *Wújí tú*; Diagrama del no-res

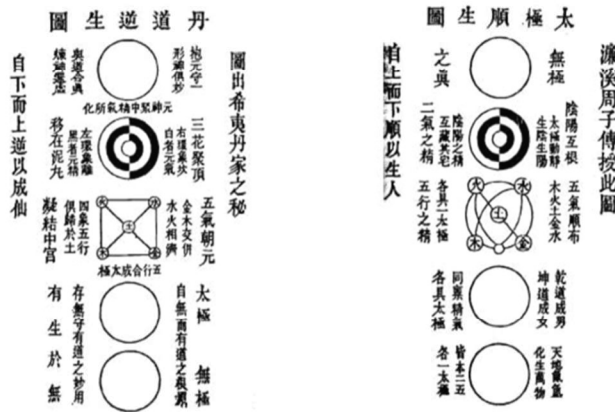


Fig. 4.10. Forward and reverse cosmogonies<sup>416</sup>

El *dao* engendra l'*u*; l'*u* engendra el dos; el dos engendra el tres i el tres engendra totes les coses. Totes les coses porten el *yin* damunt les espatlles i el *yang* als braços; tots dos es fonen amb l'energia vital per crear l'harmonia. *Daodejing*, 42

El retorn és la manera com avança el *dao*; la feblesa és la manera com actua. Les coses neixen del ser; el ser neix del no ser.

*Daodejing*, 40

El diagrama del no-res serveix per explicar en termes metafísics tant la creació del món com la reversió alquímica a l'origen. S'atribueix a Chen Tuan, el 971 i va ser adoptat pel neoconfucians, poc després, amb una explicació diferent.

El *taiji* es compara amb els vessants d'una muntanya. Solei és *yang* i obaga és *yin*. A partir d'aquesta divisió es generen totes les coses.

## 7. Selecció de texts

### Texts

La presentació s'acompanya amb una mostra de texts relacionats amb el *Dao*, el *De*, el cultiu de la vida (養生 *yǎngshēng*), la Medicina, el *Fēng Shuǐ*, la Meditació, i l'Alquímia interna, les Arts marcial i les Arts de l'alcova.

道德經 <i>Dàodéjīng</i> ;	Llibre del dao i del de		Segle 6 a.n.e.
莊子 <i>Zhuāngzǐ</i> ;	Mestre Zhuang		Segle 5 a.n.e.
黃帝內經 <i>Huángdì nèijīng</i> ;	Cànon int. de l'Emperador Groc	(中醫, <i>zhōngyī xué</i> ; Medicina de la Xina)	Segle 2 a.n.e.
淮南子 <i>Huánánzǐ</i> ;	Els mestres del sud del Huai He	(風水 <i>fēngshuǐ</i> ; Vent i aigua)	139 a.n.e.
黃庭經 <i>Huángtíngjīng</i> ;	Clàssic de la Cort Groga	(Meditació, tradició <i>Shangqing</i> , 上清)	S III
內丹術 <i>Nèidān shù</i> ;	Alquímia interna	(Sun Bu'er, tradició <i>Quanzhen</i> 全真道)	S XII
內家 <i>Nèijiā</i> ;	Arts marcial internes	(Tractat del <i>Taijiquan</i> de Wang Zhongyue)	S XV
素女經 <i>Sù nǚ jīng</i> ;	Clàssic de la dama blanca	(房中術 <i>fángzhōngshù</i> ; arts de l'alcoba)	S III a.n.e.

La presentació s'acompanya amb una mostra de texts relacionats amb el *Dao*, el *De*, el cultiu de la vida (養生 *yǎngshēng*), la Medicina, el *Fēng Shuǐ*, la Meditació, i l'Alquímia interna, les Arts marcial i les Arts de l'alcova.

## 7.1. 道德經 *Dàodéjīng*; Llibre del dao i del de

### 道德經 *Dàodéjīng*; Llibre del dao i del de

«El *Dao* és buit, però mai no es pot omplir. És un pou sense fons, tant profund com l'origen de totes les coses. Esmussa arestes, desfà nusos, apaga llampades i torna totes les coses al seu lloc. Dins de la profunditat, sembla existir o existeix? No sé de qui és fill; és la imatge del que hi havia abans del primer avantpassat.» 4

«El gran *Dao* flueix en totes direccions. Totes les coses depenen d'ell per a viure i cap no és refusada. Acompleix la seva tasca però no en reclama el mèrit. Vesteix i alimenta totes les coses, però no se les apropia. Perquè mai no busca res, es pot dir petit; perquè totes les coses tornen a ell, però ell no se les apropia, es pot dir gran. Perquè no pretén ser gran, es fa gran.» 34

«Pots, tot transportant l'ànima del teu cos contorbada, abraçar la unitat i no deixar-la anar? Pots, tot concentrant la respiració, fer-te flexible com un nadó? Pots polir el teu mirall fins que no hi quedi cap taca? Pots estimar el poble i governar l'estat sense intervenir en el curs de les coses? Pots obrir i tancar les portes del cel fent el paper de la femella? Pots contemplar les coses amb clarividència sense aplicar els teus coneixements? Engendrar les coses i nodrir-les; nodrir-les sense apropiarse-les; actuar en favor d'elles sense demanar res a canvi; governar sense imposar l'autoritat; tot això és el *de* misteriós. .» 10

## 7.2. 莊子 *Zhuāngzǐ*; Mestre Zhuang

### 莊子 *Zhuāngzǐ*; Mestre Zhuang

«Distingir lo que es obra del Cielo de lo que es obra del hombre, he ahí la suma perfección. Saber lo que es obra del Cielo, es reconocer que el Cielo es el que engendra. Saber lo que es obra del hombre, es usar de lo que alcanza a conocer nuestro entendimiento para preservar lo que nuestro entendimiento no alcanza a conocer; es conservar la vida hasta su límite natural evitando una muerte prematura. He ahí la plenitud del saber. Con todo, las cuitas no han de faltar, por cuanto que todo conocimiento, para poder ser juzgado verdadero, fuerza es que antes se conforme a su objeto; y ese objeto cambia, no es algo fijo. ¿Cómo saber que lo que yo llamo Cielo no es el hombre? ¿Y que lo que llamo hombre no es el Cielo? Sólo el hombre verdadero puede tener verdadero conocimiento.

¿A quienes llamo hombres verdaderos? Los hombres verdaderos de la antigüedad no huían de la escasez, no se vanagloriaban de sus éxitos, ni se daban trazas en mundanos negocios. Siendo así, podían subir a las alturas sin temblar, entrar en el agua sin mojarse y en el fuego sin quemarse. Todo lo cual sólo es posible cuando el conocimiento ha llegado a la cumbre de la unión con el Tao. Los hombres verdaderos de la antigüedad, cuando dormían no soñaban, ni tenían cuitas cuando velaban. No comían ricos manjares, su respiración era profunda. La respiración del hombre verdadero llega hasta los talones. El hombre del vulgo respira sólo con la garganta.» Cap. VI, I

«La Tierra me ha proveído de un cuerpo, y fatigado con la vida; me ha liberado con la vejez, y con la muerte me dará reposo. Así pues, bienvenida sea la vida, y por lo mismo también la muerte sea bienvenida.» Cap. VI, II

### 7.3. 黃帝內經 *Huángdì nèijīng*; Cànon intern de l'Emperador Groc

#### 黃帝內經 *Huángdì nèijīng*; Cànon intern de l'Emperador Groc

«Los tres meses de primavera son el período en el que las cosas empiezan a crecer y expandirse. El cielo empieza a generar energía cálida y la tierra empieza a desarrollarse, de modo que todo florece. Es deseable dormir por la noche, levantarse temprano por la mañana, dar un paseo por el patio, dejarse el pelo suelto y relajar el cuerpo. La primavera posee la voluntad de crecer, y una vez que las cosas han crecido, la voluntad de no destruirlas. Se debería dar en vez de quitar, se debería elogiar en vez de castigar. Esa es la manera de alimentar la vida en respuesta a la primavera. Actuar en sentido contrario provocará lesiones de hígado y se padecerán enfriamientos en verano» *Suwen* Llib. I. Cap. 2

«El Emperador Amarillo dijo: Desde los tiempos antiguos, los orígenes de la vida están en correspondencia con el Cielo, y dichos orígenes son el Yin y el Yang. Todo lo que existe entre el Cielo y la Tierra y en las seis direcciones está en correspondencia con la energía del Cielo, del mismo modo que las nueve divisiones de China los están con las nueve aberturas del cuerpo, los cinco sonidos están en correspondencia con las cinco vísceras y los doce momentos climáticos en correspondencia con doce meridianos. La vida está basada en la energía de los Cinco Elementos; si las energías perversas invaden a menudo las energías vitales, causarán daño al hombre. Por ello el Yin y el Yang son los orígenes de la vida.» *Suwen* Llib. I. Cap. 3

El traductor tradueix *Qi* per energia

### 7.4. 淮南子 *Huáinánzǐ*; Els mestres del sud del Huai He

#### 淮南子 *Huáinánzǐ*; Els mestres del sud del Huai He



«[These are] what are called the “divisions of Heaven”: The Bluegreen Dragon to the left, the White Tiger to the right, the Vermilion Bird in front, the Dark Warrior behind.

What is called the “advantages of Earth”? Life behind and death in front, valleys on the left and hills on the right.

What is called “human affairs”? Rewards being trustworthy and punishments sure, movement and stillness being timely, withdrawal and emplacement being swift.» [15/150/11–19]

## 7.5. 黄庭经 *Huángtíngjīng*; Clàssic de la Cort Groga

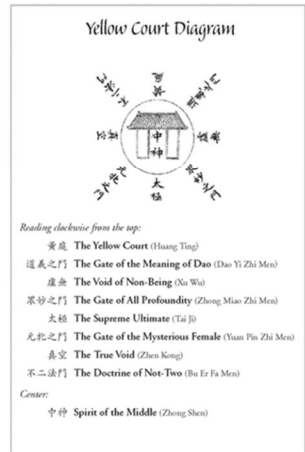
### 黄庭经 *Huángtíngjīng*; Clàssic de la Cort Groga

«Tranquilamente sentado, el Viejo Maestro  
compuso estos heptámetros  
En los que explica el cuerpo  
y los dioses.

En lo alto está el patio amarillo  
abajo, el principio de los pasos ;  
Detrás se levantan las sombrías torres ;  
delante, las puertas del destino.

Respirad la vacuidad :  
entraréis en el campo de cinabrio.  
Que el agua pura del estanque de jade  
riegue la raíz mágica.

El muchachito en quien los reales se juntan  
traga la saliva del embrión.  
Si os ejercitáis en ello verdaderamente,  
podréis existir durante largo tiempo.» L.E., 1



The Yellow Court (*huangting*),  
symbolic center of the human  
being. Source: Liu Yiming,  
*Huangting jing jie* (Explication  
of the Scripture of the Yellow  
Court).

## 7.6. 內丹術 *Nèidān shù*; Alquímia interna

### 內丹術 *Nèidān shù*; Alquímia interna

«El Espíritu Que Surge

Existe un doble del cuerpo fuera del cuerpo,  
que no se parece a la evanescencia creada mediante artes;

Esta energía mística circula alrededor,  
vivaz, espíritu unificado con el Origen;

La rielante Luna se condensa en un fluido dorado,  
el loto verde se transmuta en una realidad de jade;

Al cocer la médula de la liebre de jade,  
la perla resplandecerá tanto que no volverás a pensar en la pobreza.»

孫不二 Sun Bu'er

圖手入道坤





## 7.7. 內家 Nèijiā; Arts marciais internes

### 內家 Nèijiā; Arts marciais internes

«El Taiji se origina en el Wuji y es la madre de yin y yang.  
En movimiento se separan; en reposo se unen.  
No se trata de extenderse de más ni de menos;  
Así, cuando algo se dobla, luego debe enderezarse.



Cuando el oponente es duro y yo soy blando, se denomina “ceder” (tsou).  
Cuando sigo al oponente y él está en posición desaventajada, se denomina “adherirse” (nien)  
Si el movimiento del oponente es rápido, entonces respondo con rapidez;  
Si su movimiento es lento, entonces sigo lentamente.  
Aunque los cambios son numerosos, el principio que los impregna es uno solo.»

山右王宗岳太極拳論 *Shān yòu wángzōngyuè tàijí quán lùn* El tratado del Taijiquan de Wang Zongyue de Shanxi

## 7.8. 素女经 Sù nǚ jīng; Clàssic de la dama blanca

### 素女经 Sù nǚ jīng; Clàssic de la dama blanca



«Huang Tí indagó ante Xuannü: He aprendido la técnica de Yin-Yang y me gustaría conocer su porqué.

Xuannü contesto: Es necesaria la unión Yin-Yang para cualquier movimiento en el universo. El Yang se transforma cuando alcanza el Yin; El Yin varía cuando capta el Yang, ya que el Yin y el Yang son complementarios. Así, el órgano masculino se pone duro, y el femenino se abre. Las dos energías se unen y el esperma, al igual que la secreción, fluyen. Para los hombres deben respetarse los ocho pasos, para las mujeres, nueve palacios. Si no se sigue esta regla, el hombre contraerá el Ju Yon, la mujer la enfermedad de las reglas: más adelante vendrán otras enfermedades y el sujeto morirá. Si se respeta esta regla el sujeto tendrá siempre un rostro brillante y una larga vida.»

## 8. Bibliografia

### Fonts

**Chen Xin.** (2007). *The Illustrated Canon of Chen Family Taijiquan*. Maroubra: INBI Matrix Pty.

**Huangdi.** (2010). *Los cuatro libros del Emperador Amarillo [Huangdi sijing]*. Madrid: Trotta.

**Huangdi.** (2003). *El Tao del Amor, el Sexo y la larga vida. Textos clásicos de sexualidad en la China Antigua*. Madrid: Dilema.

**Huangdi.** (2003). *Su Wen Hoang Ti (Emperador Amarillo) Nei King (Canon de Medicina)*. Madrid: Mandala

*I Ching El libro de las mutaciones.* (trad. Richard Wilhelm) (1997). Barcelona: Edhasa.

**Laozi.** (2000). *Daodejing. El llibre del 'dao' i del 'de' (a cura de Seán Golden i Marisa Presas)*. Barcelona: Proa.

**Lao zi.** (1993). *Lao-Tzu. Tao Te Ching.* (trad. Burton Watson). Indianapolis, Indiana: Hackett Publishing Company.

*Le Livre de la Cour Jaune. Classique Taoïste des IVe-Ve siècles.* (1999). Paris: Éditions du Seuil.

**Liezi.** (1987). *Lie Zi. El libro de la perfecta vacuidad* (trad. d'Iñaki Preciado Ydoeta). Barcelona: Kairós.

**Liu An.** (2010). *The Huainanzi. A Guide to the Theory and Practice of Government in Early Han China*. NY, New York: Columbia University Press.

**Liu Huayang.** (1999). *Cultivando la energía de la vida (Hui-ming ching). Versión introducción y notas de Eva Wong*. Madrid: Arkano Books.

*Nourishing the Essence of Life. The outer, inner and secret teachings of taoism.* (trad. Eva Wong, texts Tao-hsüan p'ien, Wu-hsüan pien i Tai-hsüan pien). (2004). Boston, Massachusetts: Shambala.

**Sima Qian.** (1971). *Records of the grand Historian of China. Translated from the Shih chi of Ssu-ma Ch'ien* (trad. Burton Watson). Columbia: NY, New York: Columbia University.

Yijing. *El libro de los cambios. Con el comentario de Wang Bi.* (2006). Girona: Atalanta.

**Zhang Boduan,** (2004). *Las enseñanzas Internas del Taoísmo. Chang Po-Tuan. Edición comentada por Liu-I-Ming.* (trad. del Wuzhen pian por Thomas Cleary). Vitoria-Gasteiz: La Llave D.H.

**Zhongli Quan, Lü Dongbin.** (2002). *El Tao de la Salud, la Longevidad y la Inmortalidad. Las enseñanzas de los Inmortales Chung y Lü. Versión e introducción de Eva Wong.* Madrid: Gaia Ediciones.

**Zhuang zi.** (1996). *Zhuang zi "Maestro Chuang Tsé"* (trad., intr. i notes d'Iñaki Preciado Ydoeta). Barcelona: Kairós.

**Zhuang zi.** (2013). *The Complete Works of Zhuanzi.* (trad. Burton Watson). NY, New York: Columbia University Press.

**Wei Boyang.** (2002). *The Secret of Everlasting Life: The First Translation of the Ancient Chinese Text on Immortality.* (trad. Richard Bertschinger). London: Vega.

## **Estudis**

**Bo Mou (ed.).** (2009). *Routledge History of World Philosophies. History of Chinese Philosophy.* NY, New York: Routledge.

**Chan, A.** (1991). *Two visions of the way. A Study of the Wang Pi and the Ho-shang Kung Comentaries on the Lao-tzu.* Albany, New York: State University.

**Chen, E.** (1999) *The Tao e Ching. A new translation with comentary.* NY, New York: Paragon House.

**Cheng, A.** (2002). *Historia del pensamiento chino.* Barcelona: Bellaterra.

**Cua, A.S. (ed.)** (2003). *Encyclopedia of Chinese philosophy.* NY, New York: Routledge.

**Despeux, C.** (1988). *La moelle du phénix rouge. Santé et longue vie dans la Chine du XVI siècle.* Paris: Guy Trénadiel.



- Despeux, C.** (2019). *Taoism and Self Knowledge The Chart for the Cultivation of Perfection (Xiuzhen Tu)*. Boston, Massachusetts: Brill.
- Folch, D.** (2001). *La construcció de Xina*. Barcelona: Empuries.
- Fung Yu-Lan.** (1952). *A history of Chinese philosophy*. London: George Allen & Unwin..
- Graham, A. C.** (1986). Yin yang and the Nature of the correlative thinking. Singapur: Institute of East Asian Philosophies.
- Graham, A. C.** (1989). *Disputers of the Tao. Philosophical Argument in Ancient China*. La Salle, Illinois: Open Court.
- Granet, M.** (1989). *La religión des Chinois*. Paris: Albin Michel.
- Granet, M.** (1999). *La pensée chinoise. Préface de Léon Vandermeersch*. Paris: Albin Michel.
- Maspero, H.** (2000). *El taoísmo y las religiones chinas*. Madrid: Trotta.
- Pregadio, F.** (ed.) (2008). *The Encyclopedia of Taoism*. NY, New York: Routledge.
- Robinet, I.** (1995). *Méditation taoïste (Spiritualités vivantes)*. Paris: Albin Michel.
- Robinet, I.** (1995). *Introduction à l'alchimie intérieure taoïste. De l'unité et de la multiplicité. Avec une traduction commentée des Versets de l'éveil à la Vérité*. Paris: Les Editions du Cerf.
- Robinet, I.** (1999). *Lao Zi y el Tao*. Palma de Mallorca: Olañeta.
- Schipper, K. M.** (1982). *Le corps taoïste. Corps physique-corps social*. París: Fayard.
- Schipper, K y Verellen, F.** (ed.). (2004). *The Taoist Canon. A Historical Companion to the Daozang*. Chicago: The University of Chicago Press.
- Unschuld, P.** (2003) *Huang Di nei jing su wen. Nature, Knowledge, Imagery in an Ancient Chinese Medical Text*. California, Berkeley: University of California Press.
- Wong, E.** (1998). *Taoísmo. Introducción a la historia, la filosofía y la práctica de una antiquísima tradición china*. Barcelona: Oniro.

**Wang R.** (2012). *Yinyang The Way of Heaven and Earth in Chinese Thought and Culture*. NY, New York: Cambridge University Press.

**Yang, Tian Cheng.** (2003). *Conocer el Taoismo: Historia, Filosofía y Práctica*. Barcelona: Editorial Kairós.

**Curs.**

**Crespín, M., Domènech del Río, A., Prats, R., Prevosti, A.** 2011. *Pensament i religió a Àsia Oriental*. Universitat Oberta de Catalunya. URI: <http://hdl.handle.net/10609/49701>